桃園市崙坪國小111學年度下學期 第2週 學生午餐食譜設計表　　人數:207人　★本校膳食一律使用國產豬、牛肉

菜別	2月20日		星期一	2月21日		星期二	2月22日		星期三	2月23日		星期四	2月24日		星期五
	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量	名稱	食材名稱	數量
主食	燕麥飯	燕麥*	2KG	糙米飯						糙米飯			糙米飯		
主菜	親子丼	薑絲	0.1KG	香酥風味魚條	風味魚條(QRC)	211*2	滷肉飯	絞紅蔥頭	0.6KG	味噌燒肉	白芝麻	0.2KG	玉筍炒百菇	紅椒(QRC)<正暘>	1KG
		紅蘿蔔大丁(QRC)+	1KG					洋蔥(QRC)+	2KG		洋蔥(QRC)+	4KG		美白菇(有機)(150G)	4包
		洋蔥(QRC)+	5KG					白豆干丁(非基改)<津悅>	5KG		味噌<十全>(1K)	2包		鴻喜菇(有機)(150G)	8包
		雞丁(CAS)<佳世福>	15KG					絞赤肉<大安>	8KG		瘦夾心肉片<大安>	14KG		杏鮑菇頭(QRC)	3KG
		醇米霖<穀盛>(500ml)	1瓶											毛豆仁(CAS)(1K)<嘉鹿>	1包
														玉米筍(QRC)<正暘>	2KG
														油豆片(切絲)(非基改)<津悅>	5KG
副菜	薑絲海帶根	薑絲	0.2KG	燴全家福	紅蘿蔔小丁(QRC)+	1KG	燴獅子頭	大白菜(QRC)+	6KG	五行蔬菜	薑絲	0.2KG	柴魚蒸蛋	洗選蛋<東杰>	10KG
		海帶根<聯宏>	10KG		馬鈴薯小丁(QRC)+	5KG		紅蘿蔔絲(QRC)+	1KG		紅蘿蔔絲(QRC)+	1KG		柴魚	1包
		上肉絲(分開)<大安>	2.4KG		玉米粒(CAS)<嘉鹿>	5KG		木耳絲(QRC)	1KG		木耳絲(QRC)	0.6KG			
					素火腿丁	2包		獅子頭(CAS)(津谷)	211個		黃豆芽(非基改)(QRC)	8KG			
					絞赤肉	2KG					毛豆仁(CAS)<嘉鹿>	1KG			
											絞赤肉<大安>	2KG			
青菜	炒青菜(產銷履歷)★	蒜頭	0.6KG	有機蔬菜	有機青江菜	14KG				有機蔬菜	有機小白菜	14KG	有機蔬菜	有機雪菜	14KG
		青菜(產銷履歷)	16KG												
湯品	冬瓜薏仁湯	薑絲	0.2KG	山藥雞湯	枸杞	0.2KG	蘿蔔肉絲湯	紅蘿蔔絲(QRC)	1KG	紫菜豆腐湯	蔥	0.1KG	紅豆麥片湯	麥片<福壽>	0.6KG
		冬瓜(青皮)(去皮)(QRC	9KG		雞丁(CAS)<佳世福>	2KG		白蘿蔔	4KG		薑絲	0.3KG		紅豆(QRC)	4KG
		大薏仁	1KG		山藥(去皮)+(QRC)	7KG		赤肉絲<大安>	1KG		紫菜(100g)	1包			
											豆腐(非基改)(大板)<津悅>	1板			
水果				水果		205份	鮮奶	鮮奶(新鮮屋)<味全>	202+1瓶						
								豆漿	2瓶						

菜單營養分析	類別	份量	類別	份量	類別	份量	類別	份量	類別	份量
	五穀根莖類	3.4	五穀根莖類	4.1	五穀根莖類	3.4	五穀根莖類	3.4	五穀根莖類	4.6
	豆魚蛋肉類	2.1	豆魚蛋肉類	2.4	豆魚蛋肉類	2.7	豆魚蛋肉類	2.4	豆魚蛋肉類	1.7
	油脂類	3	油脂類	3	油脂類	3.2	油脂類	3.1	油脂類	3
	蔬菜類	2	蔬菜類	0.7	蔬菜類	1.7	蔬菜類	1.2	蔬菜類	1
	水果類		水果類	1	乳品類	1	水果類		乳品類	
	熱量(大卡)	581	熱量(大卡)	680	熱量(大卡)	687	熱量(大卡)	588	熱量(大卡)	610

設計:至芃企業有限公司　　執行秘書:午餐秘書莊育霖　　校長:崙坪國民小學校長陳志奇